|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОБУ "Детский сад №21 "Белочка"* | | | |  |  | |  | |  | |  | **Утверждаю** | | | | | | | | |  | | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  | Заведующий | | | | | | | | |  | | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  | Карагодина Валентина Владимировна  Приказ от 28.12.2020 №149 | | | | | | | | |  | | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  |  | | | |  |  |  |  | |  | | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  |  | | | | | | | | |  | | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  |  | | | |  |  |  |  | |  | | |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |  | | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | | | | |  |  |  |  |  |  | |  | | |
|  |  | **Сад 12 часов** | | | | | | | | | | | | | | |  |  | |  | | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | | | | |  |  |  |  |  |  | |  | | |
| **ДЕНЬ 1** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | | | | |  |  |  |  |  |  | |  | | |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | | | **Химический состав** | | | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | | | **№ рецептуры** | | |
| **Брутто, г** | | **Нетто, г** | | **Белки, г** | | | | | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | |
| КАША ПШЕННАЯ | | | | 200 | | | | 8,4 | | | | | 5,6 | | 31,3 | 209,6 | | | | 417 | | |
| ПЕЧЕНЬЕ | | | | 30 | | | | 2,3 | | | | | 2,9 | | 22,3 | 125,1 | | | | 604 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | | | |  | | | | |  | | 9,7 | 38,7 | | | | 430 | | |
|  | | | | | | | | **10,7** | | | | | **8,5** | | **63,3** | **373,4** | | | |  | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | 100 | | | | 0,5 | | | | | 0,1 | | 9,9 | 43,0 | | | | 442 | | |
|  | | | | | | | | **0,5** | | | | | **0,1** | | **9,9** | **43,0** | | | |  | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | |
| СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ | | | | 200 | | | | 15,6 | | | | | 7,0 | | 26,8 | 232,6 | | | | 99 | | |
| ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | | | | 40 | | | | 1,67 | | | | | 3,28 | | 9,9 | 75,91 | | | | 73 | | |
| ЕЖИКИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | | | | 70 | | | | 12,1 | | | | | 10,6 | | 13,2 | 199,3 | | | | 284 | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | | | 50 | | | | 1,7 | | | | | 5,1 | | 10,3 | 93,9 | | | | 50 | | |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 180 | | | | 0,39 | | | | | 0,08 | | 21,33 | 83,86 | | | | 241 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | | 50 | | | | 2,64 | | | | | 0,48 | | 13,36 | 69,6 | | | | 123 | | |
|  | | | | | | | | **34,10** | | | | | **26,54** | | **94,89** | **661,27** | | | |  | | |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |  | | |
| САЛАТ РЫБНЫЙ | | | | 130 | | | | 2,6 | | | | | 10,5 | | 21,3 | 190,8 | | | | 46 | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | | 40 | | | | 2,64 | | | | | 0,48 | | 13,36 | 69,6 | | | | 123 | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | | | |  | | | | |  | | 9,7 | 38,7 | | | | 430 | | |
|  | | | | | | | | **5,24** | | | | | **10,98** | | **44,36** | **299,10** | | | |  | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | | | **86,83** | | | | | **42,84** | | **202,55** | **1399,76** | | | |  | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОБУ "Детский сад №21 "Белочка"* | | | |  |  | |  | |  | |  | | **Утверждаю** | | | | | | | |  | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  | | Заведующий | | | | | | | |  | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  | | Карагодина Валентина Владимировна  Приказ от 28.12.2020 №149 | | | | | | | |  | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  | | | |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  | | | | | | | |  | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  | | | |  |  |  |  |  | |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  | **Сад 12 часов** | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |  | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  | |
| **ДЕНЬ 2** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
|  |  |  |  |  | |  | |  | | | | | |  |  |  |  |  |  |  | |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | | | **Химический состав** | | | | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | | **№ рецептуры** | |
| **Брутто, г** | | **Нетто, г** | | **Белки, г** | | | | | | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ | | | | 200 | | | | 8,0 | | | | | | 6,1 | | 26,2 | 192,5 | | | 189 | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | | | 4,5 | | | | | | 3,7 | | 17,8 | 122,2 | | | 395 | |
| БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 40 | | | | 3,52 | | | | | | 5,64 | | 9,9 | 105,03 | | | 153-2 | |
|  | | | | | | | | **16,02** | | | | | | **15,44** | | **53,9** | **419,73** | | |  | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
| Банан | | | | 100 | | | | 0,4 | | | | | | 0,3 | | 10,3 | 47,0 | | | 547-5 | |
|  | | | | | | | | **0,4** | | | | | | **0,3** | | **10,3** | **47,0** | | |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
| ЩИ С ГОВЯДИНОЙ И СО СМЕТАНОЙ | | | | 200 | | | | 9,2 | | | | | | 8,0 | | 13,2 | 165,6 | | | 77 | |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | | | | 150 | | | | 4,4 | | | | | | 1,9 | | 26,1 | 138,2 | | | 125 | |
| ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ | | | | 70 | | | | 8,9 | | | | | | 13,2 | | 7,1 | 188,8 | | | 290 | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | | | | 50 | | | | 1,8 | | | | | | 5,09 | | 3 | 67,95 | | | 640-9 | |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | 180 | | | | 0,1 | | | | | | 0,1 | | 11,6 | 47,7 | | | 372 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | | 50 | | | | 2,64 | | | | | | 0,48 | | 13,36 | 69,6 | | | 123 | |
|  | | | | | | | | **27,04** | | | | | | **28,77** | | **74,36** | **677,85** | | |  | |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | 150 | | | | 6,8 | | | | | | 6,2 | | 3,6 | 98,0 | | | 214 | |
| БАТОН "ПОДМОСКОВНЫЙ" | | | | 40 | | | | 1,67 | | | | | | 3,28 | | 9,9 | 75,91 | | | 153-4 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | | | |  | | | | | |  | | 9,7 | 38,7 | | | 430 | |
|  | | | | | | | | **8,47** | | | | | | **9,48** | | **23,2** | **212,61** | | |  | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | | | **51,93** | | | | | | **53,99** | | **161,76** | **1357,19** | | |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОБУ "Детский сад №21 "Белочка"* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Карагодина Валентина Владимировна  Приказ от 28.12.2020 №149 | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** | | | | | | | | | | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 3** | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | | **№ рецептуры** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | | | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ВЕРМИШЕЛЬ НА МОЛОКЕ | | | | 200 | | 8,3 | | | 5,2 | | 31,3 | 206,2 | | | 331 |
| БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 40 | | 3,52 | | | 5,64 | | 9,9 | 105,03 | | | 153-2 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4,5 | | | 3,7 | | 17,8 | 122,2 | | | 395 |
|  | | | | | | **16,32** | | | **14,54** | | **59** | **433,43** | | |  |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |  |
| Груша | | | | 100 | | 0,4 | | | 0,3 | | 10,3 | 47,0 | | | 547-2 |
|  | | | | | | **0,4** | | | **0,3** | | **10,3** | **47,0** | | |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |  |
| СУП ПОЛЕВОЙ С КУРОЙ | | | | 200 | | 3,3 | | | 3,1 | | 23,7 | 135,9 | | | 110 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ | | | | 200 | | 15,0 | | | 10,4 | | 21,3 | 243,8 | | | 306 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 180 | | 0,39 | | | 0,08 | | 21,33 | 83,86 | | | 241 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | | 50 | | 2,64 | | | 0,48 | | 13,36 | 69,6 | | | 123 |
|  | | | | | | **21,33** | | | **14,06** | | **79,69** | **533,16** | | |  |
|  | | | |  | |  | | |  | |  |  | | |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | | | 130 | | 4,9 | | | 5,3 | | 22,1 | 155,8 | | | 181 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 200 | | 5,6 | | | 4,9 | | 9,3 | 104,8 | | | 434 |
| БАТОН ПОДМОСКОВНЫЙ | | | | 40 | | 1,67 | | | 3,28 | | 9,9 | 75,91 | | | 153-4 |
|  | | | | | | **12,17** | | | **13,48** | | **41,3** | **336,51** | | |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **82,89** | | | **43,38** | | **190,29** | **1350,10** | | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОБУ "Детский сад №21 "Белочка"* | | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  | Заведующий | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  | Карагодина Валентина Владимировна  Приказ от 28.12.2020 №149 | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** | | | | | | | | | | | |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 4** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | | **№ рецептуры** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | | | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | | 200 | | 8,4 | | | 5,2 | | 30,7 | 204,0 | | | 189 |
| БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | | 40 | | 3,52 | | | 5,64 | | 9,9 | 105,03 | | | 153-2 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | | 200 | | 4,5 | | | 3,7 | | 17,8 | 122,2 | | | 395 |
|  | | | | | | | **16,42** | | | **14,54** | | **58,4** | **431,23** | | |  |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | | | | | 100 | | 0,4 | | | 0,4 | | 9,8 | 47,0 | | | 368 |
|  | | | | | | | **0,4** | | | **0,4** | | **9,8** | **47,0** | | |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ | | | | | 200 | | 6,7 | | | 5,1 | | 23,0 | 164,9 | | | 94 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | | 130 | | 4,3 | | | 0,5 | | 27,4 | 131,1 | | | 331 |
| БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | | | 70 | | 10,7 | | | 13,4 | | 3,4 | 176,5 | | | 272 |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | | | | | 50 | | 1,0 | | | 5,0 | | 5,3 | 70,9 | | | 41 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | | 180 | | 0,1 | | | 0,1 | | 11,6 | 47,7 | | | 372 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | | | 50 | | 2,64 | | | 0,48 | | 13,36 | 69,6 | | | 123 |
|  | | | | | | | **25,44** | | | **24,58** | | **84,06** | **660,70** | | |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ | | | | | 150 | | 21,1 | | | 11,1 | | 34,0 | 321,1 | | | 224 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 200 | |  | | |  | | 9,7 | 38,7 | | | 430 |
|  | | | | |  | | **21,1** | | | **11,1** | | **43,7** | **359,8** | | |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | | **63,36** | | | **50,62** | | **195,96** | **1498,73** | | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОБУ "Детский сад №21 "Белочка"* | | |  |  |  |  |  | | | **Утверждаю** | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | | | Заведующий | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Карагодина Валентина Владимировна  Приказ от 28.12.2020 №149 | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | | |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | | |  | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | | |  | |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | | |  | |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** | | | | | | | | | | | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | | |  | |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 5** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  | | |  | |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | | **№ рецептуры** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | | | **Жиры, г** | | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | 200 | | | 7,3 | | | 5,2 | | | 32,1 | 205,0 | | | 189 |
| БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | 40 | | | 3,52 | | | 5,64 | | | 9,9 | 105,03 | | | 153-2 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 200 | | |  | | |  | | | 9,7 | 38,7 | | | 430 |
|  | | | | | | **10,82** | | | **5,2** | | | **44,7** | **255,3** | | |  |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ЯБЛОКО | | | 100 | | | 0,4 | | | 0,4 | | | 9,8 | 47,0 | | | 368 |
|  | | | | | | **0,4** | | | **0,4** | | | **9,8** | **47,0** | | |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| СУП РЫБНЫЙ СО СМЕТАНОЙ | | | 200 | | | 2,5 | | | 1,9 | | | 16,4 | 96,1 | | | 232 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СО СМЕТАНОЙ | | | 150 | | | 18,6 | | | 16,3 | | | 28,8 | 345,3 | | | 299 |
| САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ | | | 50 | | | 1,8 | | | 5,09 | | | 3 | 67,95 | | | 640-9 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | 180 | | | 0,1 | | | 0,1 | | | 11,6 | 47,7 | | | 372 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | 50 | | | 2,64 | | | 0,48 | | | 13,36 | 69,6 | | | 123 |
|  | | | | | | **25,64** | | | **23,87** | | | **73,16** | **626,65** | | |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | | | | 150 | | 2,9 | | | 10,4 | | | 19,1 | 182,5 | | | 51 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | | 50 | | 2,64 | | | 0,48 | | | 13,36 | 69,6 | | | 123 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | |  | | |  | | | 9,7 | 38,7 | | | 430 |
|  | | | | | | **5,54** | | | **10,88** | | | **42,16** | **290,8** | | |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **42,4** | | | 40,35 | | | **169,82** | **1219,75** | | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОБУ "Детский сад №21 "Белочка"* | | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | | | |  |
|  |  |  | |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  | Карагодина Валентина Владимировна  Приказ от 28.12.2020 №149 | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** | | | | | | | | | | | |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 6** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | | **№ рецептуры** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | | | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | | 200 | | 5,6 | | | 4,9 | | 14,2 | 124,2 | | | 189 |
| ПРЯНИКИ | | | | | 30 | | 1,8 | | | 1,4 | | 22,5 | 109,8 | | | 603 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 200 | | 0 | | | 0 | | 9,7 | 38,7 | | | 430 |
|  | | | | | | | **7,4** | | | **6,3** | | **46,4** | **272,7** | | |  |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | | | | | 100 | | 0,5 | | | 0,1 | | 9,9 | 43,0 | | | 442 |
|  | | | | | | | **0,5** | | | **0,1** | | **9,9** | **43,0** | | |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ С КУРОЙ | | | | | 200 | | 10,4 | | | 8,2 | | 22,9 | 206,5 | | | 94 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ | | | | | 200 | | 9,0 | | | 8,9 | | 0,9 | 119,9 | | | 346 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | | | 50 | | 2,64 | | | 0,48 | | 13,36 | 69,6 | | | 123 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | | | | | 180 | | 0,1 | | | 0,1 | | 11,6 | 47,7 | | | 372 |
|  | | | | | | | **32,14** | | | **17,68** | | **48,76** | **443,7** | | |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| БИТОЧКИ МАННЫЕ С ВАРЕНЬЕМ | | | | | 150 | | 7,0 | | | 11,8 | | 51,4 | 335,8 | | | 204 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 200 | | 0 | | | 0 | | 9,7 | 38,7 | | | 430 |
|  | | | | | | | **7,0** | | | **11,8** | | **61,1** | **374,5** | | |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | | **47,04** | | | **35,88** | | **166,16** | **1133,9** | | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОБУ "Детский сад №21 "Белочка"* | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | Карагодина Валентина Владимировна  Приказ от 28.12.2020 №149 | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** | | | | | | | | | | |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 7** | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | | **№ рецептуры** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | | | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |  |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | | | | 200 | | 8,0 | | | 6,1 | | 26,2 | 192,5 | | | 189 |
| БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 40 | | 3,52 | | | 5,64 | | 9,9 | 105,03 | | | 153-2 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4,5 | | | 3,7 | | 17,8 | 122,2 | | | 395 |
|  | | | | | | **16,02** | | | **15,44** | | **53,9** | **419,73** | | |  |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |  |
| БАНАН СВЕЖИЙ | | | | 100 | | 0,4 | | | 0,3 | | 10,3 | 47,0 | | | 547-5 |
|  | | | | | | **0,4** | | | **0,3** | | **10,3** | **47,0** | | |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |  |
| КУРИНЫЙ БУЛЬОН | | | | 200 | | 7,27 | | | 7,93 | | 0,75 | 130,11 | | | 768-16 |
| ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | | | | 40 | | 1,67 | | | 3,28 | | 9,9 | 75,91 | | | 73 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | 130 | | 4,4 | | | 1,9 | | 26,1 | 138,2 | | | 125 |
| РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ | | | | 70 | | 0,2 | | | 0 | | 1,0 | 4,7 | | | 245 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 180 | | 0,39 | | | 0,08 | | 21,33 | 83,86 | | | 241 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | | 50 | | 2,64 | | | 0,48 | | 13,36 | 69,6 | | | 123 |
|  | | | | | | **18,37** | | | **13,67** | | **72,44** | **502,38** | | |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | |  |
| МОРКОВНЫЕ ОЛАДЬИ СО СМЕТАНОЙ | | | | 150 | | 5,5 | | | 15,0 | | 20,2 | 247,4 | | | 410 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | |  | | |  | | 9,7 | 38,7 | | | 430 |
|  | | | |  | | **5,5** | | | **15,0** | | **29,9** | **286,1** | | |  |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | **40,29** | | | **44,41** | | **166,54** | **1255,21** | | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОБУ "Детский сад №21"Белочка"* | | |  |  | |  | | |  | | | | |  | **Утверждаю** | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
|  |  |  |  | |  | | | | | |  |  | | | | |  | Заведующий | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |
|  |  |  |  | |  | | | | | |  |  | | | | |  | Карагодина Валентина Владимировна  Приказ от 28.12.2020 №149 | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |
|  |  |  |  | |  | | | | | |  |  | | | | |  |  | | | |  | | | |  | | | | |  |  |  | | | |
|  |  |  |  | |  | | | | | |  |  | | | | |  |  | | | | | | | | | | | | | | |  | | | |
|  |  |  |  | |  | | | | | |  |  | | | | |  |  | | | |  | | | |  | | | | |  |  |  | | | |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  | | | | | |
|  |  |  |  | |  | | | | | |  |  | | | | |  | | | |  |  | | | |  | | | | |  |  |  | | | |
|  |  | **Сад 12 часов** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |  |  | | | | | |
|  |  |  |  | |  | | | | | |  |  | | | | |  | | | |  |  | | | |  | | | | |  |  |  | | | |
| **ДЕНЬ 8** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
|  |  |  |  | |  | | | | | |  |  | | | | |  | | | |  |  | | | |  | | | | |  |  |  | | | |
| **Наименование блюда** | | | **Выход** | | | | | **Химический состав** | | | | | | | | | | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | | | | **№ рецептуры** | | | | | |
| **Брутто, г** | | | | **Нетто, г** | | | **Белки, г** | | | | | | **Жиры, г** | | | | **Углеводы, г** | | | |  | | | | | |  | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | 200 | | | | | 9,3 | | | | | 5,9 | | | | | | 30,8 | | | | 213,8 | | | | | 189 | | | | | |
| БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | 40 | | | | | 3,52 | | | | | 5,64 | | | | | | 9,9 | | | | 105,03 | | | | | 153-2 | | | | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | 200 | | | | | 4,5 | | | | | 3,7 | | | | | | 17,8 | | | | 122,2 | | | | | 395 | | | | | |
|  | | | | | | | | **17,32** | | | | | **15,24** | | | | | | **58,5** | | | | **441,03** | | | | |  | | | | | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| ГРУША | | | 100 | | | | | 0,4 | | | | | 0,3 | | | | | | 10,3 | | | | 47,0 | | | | | 547-2 | | | | | |
|  | | | | | | | | **0,4** | | | | | **0,3** | | | | | | **10,3** | | | | **47,0** | | | | |  | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | | | 200 | | | | | 10,0 | | | | | 8,1 | | | | | | 17,1 | | | | 185,7 | | | | | 90 | | | | | |
| РИС ОТВАРНОЙ | | | 130 | | | | | 3,4 | | | | | 0,5 | | | | | | 35,9 | | | | 161,5 | | | | | 315 | | | | | |
| БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | 70 | | | | | 10,7 | | | | | 13,4 | | | | | | 3,4 | | | | 176,5 | | | | | 272 | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | | 50 | | | | | 1,5 | | | | | 5,9 | | | | | | 8,8 | | | | 86,95 | | | | | 640-5 | | | | | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | | | 180 | | | | | 0,5 | | | | | 0,1 | | | | | | 9,9 | | | | 43,0 | | | | | 442 | | | | | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | 50 | | | | | 2,64 | | | | | 0,48 | | | | | | 13,36 | | | | 69,6 | | | | | 123 | | | | | |
|  | | | | | | | | **28,74** | | | | | **28,48** | | | | | | **88,36** | | | | **723,25** | | | | |  | | | | | |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" | | | 150 | | | | | 16,1 | | | | | 13,8 | | | | | | 60,7 | | | | 430,3 | | | | | 479 | | | | | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | 200 | | | | | 0,2 | | | | |  | | | | | | 10,1 | | | | 41,1 | | | | | 430 | | | | | |
|  | | | | | | | | **16,3** | | | | | **13,8** | | | | | | **70,8** | | | | **471,4** | | | | |  | | | | | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | | | **62,76** | | | | | **57,82** | | | | | | **227,96** | | | | **1682,68** | | | | |  | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОБУ "Детский сад №21 "Белочка"* | | | |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  | Заведующий | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  | Карагодина Валентина Владимировна  Приказ от 28.12.2020 №149 | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | | | |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | **Сад 12 часов** | | | | | | | | | | | |  |  |  |
|  |  |  |  | |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
| **ДЕНЬ 9** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  | |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | | **№ рецептуры** |
| **Брутто, г** | **Нетто, г** | **Белки, г** | | | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | | 200 | | 7,6 | | | 5,1 | | 27,9 | 188,0 | | | 189 |
| БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | | 40 | | 3,52 | | | 5,64 | | 9,9 | 105,03 | | | 153-2 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | | 200 | | 4,5 | | | 3,7 | | 17,8 | 122,2 | | | 395 |
|  | | | | | | | **15,62** | | | **14,44** | | **55,60** | **415,23** | | |  |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| ГРУША | | | | | 100 | | 0,4 | | | 0,4 | | 9,8 | 47,0 | | | 547-2 |
|  | | | | | | | **0,4** | | | **0,4** | | **9,8** | **47,0** | | |  |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| БОРЩ С МЯСОМ | | | | | 200 | | 9,8 | | | 8,0 | | 16,6 | 181,7 | | | 62 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | | | | 130 | | 4,4 | | | 1,9 | | 26,1 | 138,2 | | | 125 |
| БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ | | | | | 70 | | 10,0 | | | 13,4 | | 0,4 | 162,0 | | | 272 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | | 180 | | 0,39 | | | 0,08 | | 21,33 | 83,86 | | | 241 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | | | 50 | | 2,64 | | | 0,48 | | 13,36 | 69,6 | | | 123 |
|  | | | | | | | **27,23** | | | **23,86** | | **77,79** | **635,36** | | |  |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С САХАРОМ | | | | | 150 | | 4,3 | | | 0,5 | | 37,1 | 169,8 | | | 206 |
| ПЕЧЕНЬЕ | | | | | 30 | | 2,3 | | | 2,9 | | 22,3 | 125,1 | | | 604 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | 200 | |  | | |  | | 9,7 | 38,7 | | | 430 |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | | **6,6** | | | **3,4** | | **69,1** | **333,6** | | |  |
| **49,85** | | | **42,1** | | **212,29** | **1431,19** | | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *МДОБУ "Детский сад №21 "Белочка"* | | | |  |  | | |  | |  | |  | **Утверждаю** | | | | | | | |  | |
|  |  |  |  |  | | |  | |  | |  | Заведующий | | | | | | | |  | |
|  |  |  |  |  | | |  | |  | |  | Карагодина Валентина Владимировна  Приказ от 28.12.2020 №149 | | | | | | | |  | |
|  |  |  |  |  | | |  | |  | |  |  | | | |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  | | |  | |  | |  |  | | | | | | | |  | |
|  |  |  |  |  | | |  | |  | |  |  | | | |  |  |  |  |  | |
|  | **МЕНЮ** | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |  | |
|  |  |  |  |  | | |  | |  | | | | |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  | **Сад 12 часов** | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |  | |
|  |  |  |  |  | | |  | |  | | | | |  |  |  |  |  |  |  | |
| **ДЕНЬ 10** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
|  |  |  |  |  | | |  | |  | | | | |  |  |  |  |  |  |  | |
| **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | | | | **Химический состав** | | | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | | | **№ рецептуры** | |
| **Брутто, г** | | | **Нетто, г** | | **Белки, г** | | | | | **Жиры, г** | | **Углеводы, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
| КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | | | | 200 | | | | | 8,0 | | | | | 5,2 | | 30,1 | 200,2 | | | 189 | |
| БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ | | | | 40 | | | | | 3,52 | | | | | 5,64 | | 9,9 | 105,03 | | | 153-2 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200 | | | | |  | | | | |  | | 9,7 | 38,7 | | | 430 | |
|  | | | | | | | | | **11,52** | | | | | **10,84** | | **49,7** | **343,93** | | |  | |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
| ЙОГУРТ | | | | 100 | | | | | 2,0 | | | | | 1,5 | | 3,0 | 48,0 | | | 384-1 | |
|  | | | | | | | | | **2,0** | | | | | **1,5** | | **3,0** | **48,0** | | |  | |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И КУРОЙ | | | | 200 | | | | | 2,6 | | | | | 0,8 | | 16,2 | 82,1 | | | 92 | |
| РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ | | | | 200 | | | | | 12,1 | | | | | 8,4 | | 24,8 | 222,4 | | | 351 | |
| КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ | | | | 180 | | | | |  | | | | |  | | 25,1 | 100,5 | | | 411 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | | 50 | | | | | 2,64 | | | | | 0,48 | | 13,36 | 69,6 | | | 123 | |
|  | | | | | | | | | **17,34** | | | | | **9,68** | | **79,46** | **474,6** | | |  | |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | | | | | | 100 | | | 1,7 | | | | | 5,0 | | 10,3 | 92,6 | | | 50 | |
| ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ | | | | | | 40 | | | 5,1 | | | | | 4,6 | | 0,3 | 63,0 | | | 18,1 | |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ "ДАРНИЦКИЙ" | | | | | | 50 | | | 2,64 | | | | | 0,48 | | 13,36 | 69,6 | | | 123 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | | 200 | | |  | | | | |  | | 9,7 | 38,7 | | | 430 | |
| **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:** | | | | | | | | | **9,44** | | | | | **10,08** | | **33,66** | **263,9** | | |  | |
| **40,30** | | | | | **32,10** | | **165,82** | **1130,43** | | |  | |